



2020年7月

慈航电子报

2020年7月



目录

天地之心 1 九莲圣经 第二卷 第二十九品 (下)

九莲时尚易卦流行 5 鼎卦泰卦艮卦的連結

淨名園伽韻集 8 追思钰佳阿姨/ 以艺传法

淨名園伽韻集 11 鼎湖随笔 (乐记)

探索 15 慈航关了，我的心在那里

回味无穷 18 四神五味汤

至诚化境 21 诚化菩萨の语录 (三)



九莲圣经 第二卷 第二十九品（下）

坐禪品

七則定心，則收心也。此高一層功夫，心為一身之主，元神之舍，淨則生慧，動則沉昧，經曰：人能常清靜，天地悉皆歸。

心與道合，即能歸根，歸根不散，可以定靜，定靜而后心君泰然。

心本自然本有動靜煩惱，煩惱動靜無邪，故何必安養，心本絕塵何用洗，身中無病豈求醫！

八則簡事，不宜過求者也。

金人曰：毋多事，多事多繁。故心物越少越好，身外越少越好，塵俗越少越好。

祖曰：人生使命靜觀從容，無有造作，凡有造作簡事繁事，皆遠自然。

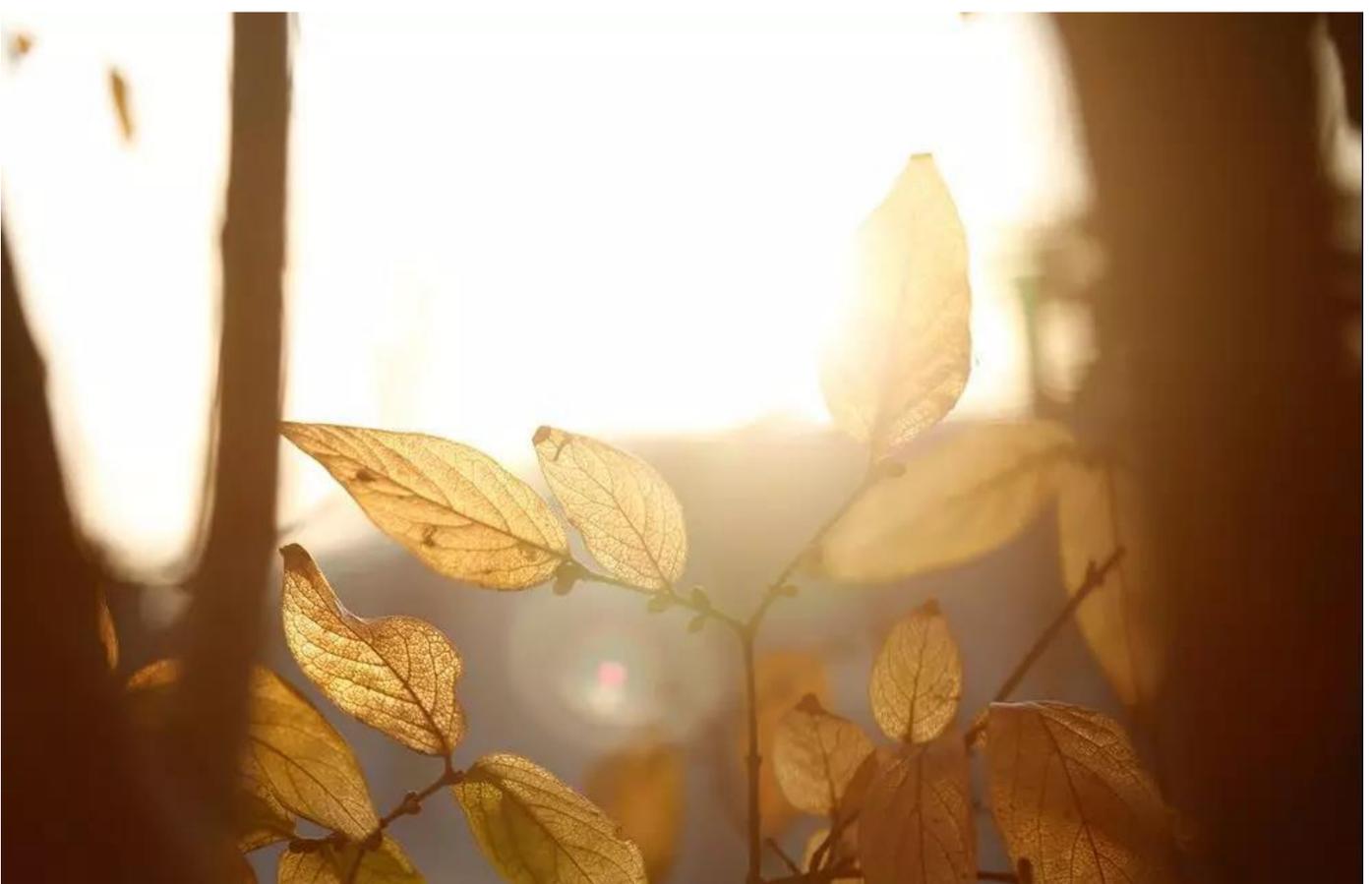
智慧非生而有之，人之具有也，性之直行無有造作，是名智慧，萬民如是，無智無慧，無簡事亦無繁事也。

九則真觀，觀自性虛靈也。無邊無着，無形無象，則吾與道一體也；故觀自在，行深，般若波羅密多時，照見五蘊皆空者，本性露矣！

詩曰：萬物靜觀皆自得。

祖曰：靜觀自得者靜動自如也。既自如而得，何必真觀，色既是空，空亦是色，非色非空仍是非色之色，非空之色，如是者安有真修真見否？

觀自在，靜自在，名自在無礙，既無礙安有觀真之名言乎！



五蘊雖空，大道自然恍惚隱現其中，一切色是假，假中真，真中假，真真假假，假假真真，悟透自然是名超塵，超塵自得名言也。若識自本心，見自本性，無塵可超，是名超塵。

十則泰定。出俗之極地，致道之基石，習靜之成功，持安之事畢矣！

心載道之器也，靜極則道居而慧自在，慧生於本性之固有，非從今有，故曰天光；因心亂而昏，心靜則明。

動靜不亂不寐則智自然，故名養智。智本自有惟恐不識，故曰生而不用其智，修子勿以為靜而所生耳！



十一則自主，生死自主也。

生死雖自主，勿執自主。身命自延，勿為身命自延而有執，勿為天地壽元而執，能棄所執，方可自主耳！

十二則自如，來去自如也。性命既圓則天人合一，故能參贊天地位育也。

是性等虛空量，無在無不在，跨越空間，充塞宇宙，如如本體，來無踪，去無跡，瞻之在前，忽焉在後，仰之彌高，鑽之彌堅，入火不焚，入水不溺，逍遙自在也。





海晟

鼎卦泰卦艮卦的連結

艮為止、止于一為正、而知止為始、止得其
所為終。止其背猶止于至善、方得其成。

黃鳥止于丘隅、得其地、雌雉止于山梁得其
時。時地一也、故止其所即得其時。

宜于時、孚于道、如日月昭于天中、萬方皆
被其明、若潛于地下、是止非其所、則不得
光明。

艮止以清靜為重、物欲不起、神志永一、止
于至善、由此致之。

君子以思不出其位、位者所止之地、亦即所
守之分、如立者足所履、臥者身所安、皆位
也、推之一切無不有其位、位以限制其所
為、範圍其所作、而艮者止也、不以作為為
先、則所限者所範者自思起。



以中庸之道处世
以逍遥之道处心

行之先必思、思存于心、行見于事、思且不出其位、何況行乎、故言思即足概一切言行。

思者欲也、願望也、中庸曰君子素其位而行、不願乎其外、正是同義、以人道法良、必先知止、即知止必知所止之位、此所以不復思于外。

為人君止于仁、為人臣止于敬、為人子止于孝、為人父止于慈、與國人交止于信、思不出位、仁敬孝慈信德也、亦所止之位、在此曰位、在一切曰分、止位即守分、各守其分、則皆成其德。

守其分亦即思不出其位、正位者天之命、本分者人之命。

持正不逆、永正其位、安分不二、長得其
所。

人道配天地、仁德冠諸行、故人以守位即
成德以止至善。

艮與坤易位、故法艮之止、必師坤之安
貞、知止為始、安貞為終、一靜永靜、念
亦不起、則何患思之出位。

思指心之所念、心好動而難止、果限其思
念、則心亦隨止、此止靜工夫、思不出
位、與中庸發皆中節、恰是一理、發皆中
節、則情不害性、思不出位、則念不動
心、旨哉言乎、明道達德、必從事斯語。



追思钰佳阿姨

芑竹

自2016年认识钰佳阿姨有将近四年的时间，因为我妈妈去世早，当我第一次见到阿姨，她那慈祥的面容、温馨的感觉，让我仿佛又走进了妈妈的怀抱，重新找回了母爱！

阿姨教我做蛋糕，还送了我一个烤箱让我也学着做，阿姨爱我也让我把爱带回了家。



有一次和阿姨去奶奶家包饺子，阿姨轻声细语，和蔼可亲，很耐心的教我怎么包才好看，然后又教我煮水煎饺，阿姨的水煎饺真是人间美味啊！要知道从小到大我没有包过水饺，还一直以为是自己不爱吃呢。

我怀二宝的时候有次回慈航，阿姨怕我营养不够，煮了很多很多的菜，都是我爱吃的。晚上休息怕我睡小床不好翻身，她把大床让给我睡，可阿姨自己一晚上都没睡好啊！阿姨用她的慈悲默默的呵护着我、疼爱着我！

阿姨会跟我聊她自己的经历：她照顾两个妈妈的故事，还有从小看见大人杀火鸡的场景而坚定吃素的过程...多么慈悲善良的阿姨啊，点点滴滴萦绕着我，也融进了我的生命！

阿姨虽然回到了观音净土，但宛在我们每个观音弟子身旁，依旧指引着我们不断精进。

感恩跟阿姨的相遇！想对阿姨说：钰佳妈妈，我爱您！



以艺传法

博文、修伊

善巧传真法，愿化为厨娘。

大展厨艺美，不吝亲教导。

诲人常不倦，美馐信手烹。

劝人莫杀生，素食亦珍馐。



鼎湖随笔（乐记）

观心

今年过年期间鼎湖中心，初一到初五均有白衣大士轮值，初一禹六当值，我跟他提及禅化院旁绿竹筍林内很多枯竹须砍除，他当时不顾感冒不适，即刻备好电锯我也跟着同往，因为他分不清那些是枯竹？（可能发烧头晕所致）；很快30多根枯竹锯完了，但要一根根从竹林中移出才是大工事，因为竹子的旁枝相互攀结，拉出去很费力，大约一个钟头后禹六才把枯竹清理干净，他也累坏了，还好隔天烧退了，精神也好多了。这孩子就是这样，做事总是全力以赴。

年初五换勃良当值，车库后一排巴西铁树长得很茂密，已高过屋顶，因为山上夏天常有蛇到处跑，包括眼镜蛇、雨伞节、龟壳花、青竹丝等，因山区屋子周围不宜有茂密树叶，以前我都自己砍，现在不行了；只好请勃良帮忙，勃良很耐心的把车库周围的杂树以及凉亭周围的灌木丛都清理干净，因为一到夏天凉亭很多大蚊子及小黑蚊（小黑蚊咬

人奇痒无比)。还有洗衣台旁的一颗圆叶杂树一并清除；勃良忙了一整天，灰头土脸的终于把多余的杂树清理干净了，辛苦他了，这是他首次当园丁。希望今年的夏天能在外面捡菜、看书、写字。

鼎湖净名园的大门终于做好了，历经两次，几乎动员所有台湾的同修（乾道）遊化菩萨、禹六、勝泰尊者、圣思、内观、品茈、易栩、昀耀。先用空心砖在两边砌成护栏，铺碎石、绑铁条、搅拌水泥，人多好做事，不到两天就把新路铺好了，并且装上铁门，有内外之隔，以防外人闯进来。



我特别要提的是当新路铺好时，大部分同修都收工回家了，但易栩父子还在清理水塔下被埋的黑塑料输水带（之前的园主埋在地下的），他用锄头挖掘，昀耀用手抽拉塑料

水带，全部抽完装满三大塑料袋。易栩告诉我，不挖干净会破坏土壤，果不其然，原本被污染的地带小草稀稀疏疏，如今绿草葱葱，这就是做事认真上天给的回报。

四月的某个礼拜日，圣思一早就上山来，并且自备水泥漆，原来他是专程来粉刷内院的，二十多年了内院的墙壁灯油及香油熏得灰蒙蒙，圣思真有心，就这样他忙了快一天，终于使内院焕然一新，感谢圣思。

因为雨季快到了，怕水沟有杂草及木材堵住，所以禹六与内观利用一个上午进入大水沟把里面的杂物清理干净，鼎湖净名园是慈航普渡的祖庭，建之不易，所以每位观音弟子都很珍惜。



山上第四个礼拜日都有班会，每次班会前内观都会把园里的草除了一遍，有时品茈、禹六也来帮忙，他们除完草，胜泰尊者负责打扫干净；尊者每天的工作就是打扫环境，煮开水、倒厨余、三只猫咪及三只狗狗的卫生打理及喂食。有时候晚上见毒蛇出没、内观与尊者就会用麻袋抓了拿去曾文桥放生。水管坏了，三更半夜也一起去修理，山上幸亏有他们两个。

在我受伤期间，三餐都要麻烦内观打理，最近我可以帮忙做晚餐；内观管理园里的大小事，包括水电、煤气、来往接送、东西坏了都要找他只有周末周日及节日才有上梅岭做生意（卖盆栽及花），他每次上梅岭都有收获，他把自己献给道场，上天也会回报他。





慈航关了，我的心在那里

3月中旬，新型冠状病毒(Covid 19)在本地的几间教堂爆发和传播后，新加坡政府下令关闭所有宗教场所，不管是教会，庙宇或回教堂全都要暂时关闭。那时还安慰自己，那只不过是一阵子而已。

到了3月底，确诊病例一直上升，越来越多消息传出，不论从工作场所或商界的朋友都说要作好准备，政府会实行封锁(lock down)。也应该是非官方关照，很多公司都做好了准备，从员工分配工作至尽量买入手提电脑，各方面一一的作好阻断(Circuit Breaker)的准备。



4月7日新加坡正式的进入阻断阶段，一切的街道和商场都平静下来了，和先前的忙碌，先前的抢购，成了天和地的对比。天河慈航也无可避免的，关闭了！刚开始的时候，应该是无官一身轻的感觉，还觉得比较轻松，也不用一星期几晚的去天河，有更多的时间和家人相处。



当阻断阶段延长多一个月至6月1日，就有觉察到心中开始问自己：自己的心在那里？也可能是佛母在问：你的心在那里？慈航关闭了，就不可以继续了吗？在没有慈航、没有朔望日、没有宣化、没有观音弟子的陪伴，只有你和我，你还可以继续修行吗？

这个疫情和这阻断阶段，让我们有机会往自己的内心深思，自己珍惜的是什么。是一次又一次机械化的去慈航？还是珍惜的是与佛母的接触？当慈航这个平台暂时不能运用的时候，是否就阻碍自己的成长和精进。

这段时间，大部分的公司被逼暂时关闭，员工在家工作，没有了办公室，没有工作场所，很多工作也可以照样进行，学校关闭了，老师和学生们也通过线上照常的教书和上课。慈航关了，我们心可否也能照常的和佛母衔接？

疫情夺走了很多东西，一些人失去了生命，一些失去健康，财富, 生意或工作，但自己本身内心对上天的忠诚(devotion)永远不会被夺走。留在家的时间比较多了，有没有想一下如何帮助不幸的，受到疫情影响(vulnerable)的，比如抄经等等。少去了慈航，是不是就不用了愿吗？还是利用科技，用网上银行继续了愿。

慈航暂时关了，我们有更多的时间让心沉淀下来，让自己的心继续联系上天，让自己的心有更多的空间来容纳。





四神五味汤

前言

这道汤的材料便宜，简单易煮。可健脾祛湿、消肿增加体力，有助小孩发育，开胃健脾。湿冷的天气，喝上一碗顾胃补元气、安顿心神真的很不错呦！



茯苓：有利水渗湿、利尿功效。

莲子：补脾止泻，益肾涩清，养心安神。

山药（干淮山）：健脾益胃助消化。

芡实：补脾固肾。

薏仁：具有利水消肿、除湿清热、解毒散结。

材料（供4人-小家庭式）

莲藕	1段
----	----

玉米	1条
----	----

红枣	7粒
----	----

茯苓	40gm
----	------

干淮山	40gm
-----	------

红或白莲子	80gm
-------	------

芡实	80gm
----	------

薏仁	40gm
----	------

水	2500ml
---	--------

盐	适量
---	----

做法

1. 首先把莲子烫一下水沥干。
2. 将所有食材洗净。
3. 莲藕、玉米切块状。
4. 将水倒入锅，用大火煮开后加入所有材料，水滚转小火煲 2 小时，最后放适量的盐即可。

备注：

莲子需除去里面的芯，才不会有苦涩味。
白莲子补气，煮后软而清香。
红莲子补血养颜，不易煮烂。

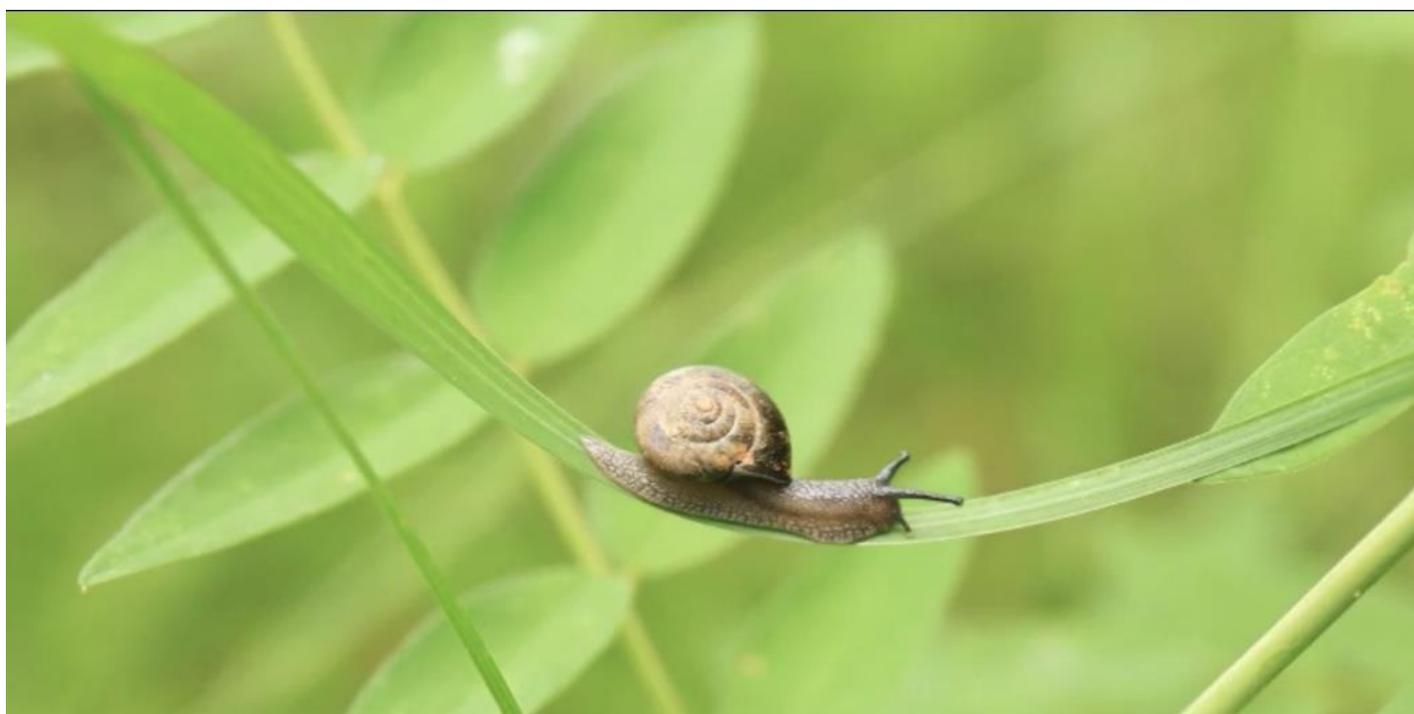




师伯对修行的见解

要有自然的精神，修行人不要只是想要得到什么，若只是想得到的，那些都是有为法，是妄想，所以要行无为。师伯常讲的，菩萨都是实际、实在认真去做，祂内在的精神都是无为的，那个无为就是说，不想要得到什么，那个叫做无所得，无为法，就叫做自然道，这样才能成就。

如果说修有为法，应该会得到福报，下一世得到福。修道以‘我’来衡量，都没什么麻烦，就是自己去想；想道要怎么去修，怎么去做，只是用自己想的，怎么才叫做道，一步一步要怎样发展，那个动作要怎么做，在这人间这个社会，要怎样圆满，这个单单用想的就有了。这些都不用像那些老前辈说的，要觉、要悟、要体会，这样是比较好听的说法，不然的话这些都是不需要的。



所以修道较实在，以师伯的看法，自己的事，自己去想、去体会，好的东西，内在的精神，你有能力去培养，培养给它自然，这样就对了。最怕的是，你看人做，这对哦！这样的是很好，但是你只是用讲的，就把它放弃，没有化为实际，这样也没有用，所以修道是自己的事，自己会懂得怎么做，最重要就在这点。

注：

修行人若想要得到什麼才去修行是妄想、是有爲法，最终只能得到福报而已。

修行並不複雜，修道是自己的事，培養內在精神，化爲實際行動。“道”沒離開善良本性。

至诚化境 ~ [点击查看视频](#)